# Auto-apprentissage (rapport 2)

# Projet

Faire de ma passion pour le football et mon rêve de devenir entraineur un moyen d’apprentissage et de développement personnel

# Problème

Quelles ressources sont adaptées pour moi ?

Qu’est-ce que je vais apprendre sur moi ?

Quels sens donner aux actions ? Comment structurer l’action pour pouvoir tester et observer ?

Comment m’assurer que je progresse ?

# Objectif

Profiter de l’action pour m’aider à mieux m’organiser

Travailler sur la procrastination et gérer ma motivation

Me mettre dans une zone d’inconfort (la tertiaire)

# Démarche

## Ressources

<http://www.express.co.uk/sport/football/433328/VIDEO-Arsenal-star-Mesut-Ozil-shows-off-fancy-footwork-before-Swansea-game>

<http://www.youtube.com/watch?v=hkP1Rf0bJ_E>

<http://www.youtube.com/watch?v=lcOJ_OIkaIE>

Pour ces deux premières semaines, j’ai lu un article sur l’apport d’Ozil dans l’équipe d’arsenal et le bien qu’il leur a fait sur ces derniers matchs. Ensuite, j’ai cherché une vidéo sur le style Tiki Taka sur un terrain de football

## Ressenti

Concernant l’article, l’objectif était de mesurer ma capacité à prendre de l’information à travers la lecture. Je me suis ennuyé à la moitié de l’article et j’ai décidé de regarder une vidéo où des spécialistes font l’analyse pré-match entre l’Allemagne et l’Angleterre à la coupe du monde 2010. J’ai été plus réceptif à l’information et mieux concentré comparé à la première activité. J’ai plus de facilité à apprendre au visionnage qu’à la lecture mais cela n’exclut pas que j’ai envie de me trouver un bon livre de coaching à lire.